



UNIVERSIDADE DO VALE DO TAQUARI

CURSO DE PSICOLOGIA

**OS IMPACTOS DA PANDEMIA NO COMPORTAMENTO
ALIMENTAR DA POPULAÇÃO:
UMA ARTICULAÇÃO ENTRE PSICOLOGIA E NUTRIÇÃO**

Luana Tais Schneider

Lajeado, julho de 2021.

Luana Tais Schneider

**OS IMPACTOS DA PANDEMIA NO COMPORTAMENTO
ALIMENTAR DA POPULAÇÃO:
UMA ARTICULAÇÃO ENTRE PSICOLOGIA E NUTRIÇÃO**

Artigo apresentado na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II, do curso de Psicologia, da Universidade do Vale do Taquari - Univates, para aprovação do semestre.

Orientadora: Profa. Dra. Suzana Feldens Schwertner

Lajeado, julho de 2021.

SUMÁRIO

- **APRESENTAÇÃO DO TCC**
- **ARTIGO**
- **FECHAMENTO DO TCC**

APRESENTAÇÃO DO TCC

O tema referente ao comportamento alimentar faz parte do meu interesse de pesquisa desde 2016, ano em que modifiquei algumas escolhas alimentares e, conseqüentemente, interessei-me mais pela funcionalidade dos alimentos. Com isso, pude perceber que os efeitos da alimentação não se dão apenas através dos aspectos biológicos, mas, sim, emocionais e, conseqüentemente, comportamentais. Foi possível compreender que a maneira com a qual eu me relacionava com a comida tinha influência direta em outros aspectos da minha vida, inclusive sociais.

Sendo assim, esse artigo é uma produção resultante do Trabalho de Conclusão de Curso, mas principalmente, constitui-se em uma construção carregada de afetos e movida pelo prazer de pesquisar acerca de um assunto tão especial para mim. Porém, não só de prazeres foi construído o presente trabalho, houve também as angústias típicas provenientes de uma investigação, principalmente no período de realização das entrevistas. Todavia, essa fase foi extremamente significativa para mim, na qual pude me aproximar de forma mais íntima do fazer do nutricionista e compreender qual a sua visão sobre os aspectos psicológicos atrelados à Nutrição. É importante mencionar que, durante as entrevistas, foi pontuada a inexistência de um modo de entendimento como sendo certo/errado. Com isso, houve os encontros e desencontros, como podem ser visualizados na seção de análise deste artigo, reforçando ainda mais a importância da articulação entre as áreas de promoção à saúde, em prol de um fazer integral que possa sustentar os aspectos biopsicossociais do sujeito.

Esta versão do artigo foi construída nos moldes do Manual de Trabalhos Acadêmicos da Univates, contendo normas no estilo ABNT, e posteriormente será readequada para publicação na Revista de Psicologia da USP, baseando-se no manual editado pela American Psychological Association (APA - 6ª. edição de 2010).

OS IMPACTOS DA PANDEMIA NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR DA POPULAÇÃO: UMA ARTICULAÇÃO ENTRE PSICOLOGIA E NUTRIÇÃO

Luana Tais Schneider¹, Suzana Feldens Schwertner²

Resumo: A alimentação é um ato inerente à sobrevivência humana, além de abranger uma complexidade de sensações, memórias e sentimentos emergentes. Inicialmente é apresentada uma explanação teórica acerca do tema relativo ao comportamento alimentar, produzindo articulações com pesquisas realizadas durante a pandemia decorrente do novo coronavírus (BAILEY, 2021; STEELE *et al.*, 2020; TOOTH, 2020; VERTICCHIO; VERTICCHIO, 2020). A identificação teórica perpassa o campo psicanalítico, por meio do qual se analisa a relação da alimentação com os primórdios da vida humana. O objetivo central do artigo foi analisar os principais efeitos emocionais no comportamento alimentar da população, como consequência da pandemia causada pelo vírus SARS-CoV-2. Trata-se de uma abordagem qualitativa, utilizando a ferramenta de entrevista semiestruturada efetuada com seis nutricionistas de duas áreas distintas de atuação, que realizam sua prática profissional no Vale do Taquari/RS. Após a transcrição das entrevistas, os dados foram analisados a partir da análise textual discursiva (MORAES; GALIAZZI, 2006). Como resultado, foram elaboradas quatro unidades de significação: “A gente come alimentos e sentimentos, não só alimentos”; O aumento de peso em decorrência do “permitir-se”; Os extremos da pandemia alimentar; e (Des)Encontros entre Psicologia e Nutrição. Conclui-se que a Psicologia tem muito a contribuir com o tema nutricional, a partir de articulações multi e interprofissionais, no intuito da construção de práticas embasadas na humanização e no cuidado integral do sujeito. Os resultados são relevantes por apresentarem dados de um contexto que impactou consideravelmente a vivência da população em geral.

Palavras-chave: Psicologia. Comportamento alimentar. Pandemia. Nutrição. Emocional.

1 INTRODUÇÃO

O ato de alimentar-se é inevitável a qualquer ser vivo, e nós, humanos, estabelecemos uma relação com o alimento desde os primeiros instantes de vida em que

¹ Acadêmica de Psicologia da Universidade do Vale do Taquari, Univates. Contato: Itschneider@universo.univates.br

² Psicóloga. Doutora em Educação. Docente do PPGEnsino e do curso de Psicologia da Universidade do Vale do Taquari - Univates. Contato: suzifs@univates.br

fomos nutridos por nossos cuidadores. Essa relação define-se enquanto uma complexidade de sensações, muito maiores do que o simples ato de engolir comida, mas o que de fato isso nos proporciona. Inúmeras vezes os alimentos são capazes de nos trazer à tona lembranças, sentimentos e vivências que estão gravadas no nosso psiquismo, compondo, assim, o nosso comportamento alimentar. Quem nunca sentiu o cheiro de algum alimento e reviveu algum momento da infância imediatamente?

O ano de 2020 ficará para sempre na memória de toda população mundial. A pandemia global causada pelo Coronavírus (SARS-CoV-2) traz consigo inúmeras mudanças na rotina dos cidadãos, inclusive o isolamento social e a necessidade de realizar grande parte das tarefas do dia a dia em casa. Essa mudança brusca propiciou muitas consequências à população, sendo elas positivas e/ou negativas, em todos os âmbitos imagináveis. Em relação à alimentação não poderia ser diferente, principalmente pelo fato de ela ser uma prática diária necessária para a sobrevivência.

Com o passar dos meses, os jornais e as revistas científicas divulgaram pesquisas sendo realizadas com o intuito de compreender a relação das emoções com a alimentação (BAILEY, 2021; STEELE *et al.*, 2020; TOOTH, 2020; VERTICCHIO; VERTICCHIO, 2020). Essas pesquisas indicam que a forma da população brasileira se alimentar sofreu inúmeras mudanças, gerando impactos biológicos, emocionais, sociais e financeiros. Na mesma medida, esses impactos também interferem no modo de alimentação das pessoas, estando diretamente correlacionados. Sendo assim, a atual produção é justificada por compreender que a Psicologia, enquanto ciência humana e da saúde, necessita envolver-se com o tema a fim de compartilhar contribuições pertinentes diante das dificuldades resultantes do contexto atual.

A partir das considerações produzidas até o momento, definiu-se de tal forma o problema desta pesquisa: “Diante das mudanças advindas pela pandemia decorrente do vírus SARS-CoV-2, e pensando nas articulações entre Psicologia e Nutrição, quais foram os efeitos emocionais percebidos por nutricionistas em relação ao comportamento alimentar da população?” Como objetivo geral, analisar os principais efeitos emocionais no comportamento alimentar da população, como consequência da pandemia causada pelo vírus SARS-CoV-2. Ademais, na sequência estão listados os objetivos específicos da investigação: explorar quais foram os fatores que determinaram a mudança de hábitos alimentares durante a pandemia; entender de que forma os nutricionistas estão levando

em consideração as emoções dos indivíduos atendidos; compreender como o papel da Psicologia é percebido na sua relação com o comportamento alimentar, a partir da visão dos nutricionistas; investigar qual a compreensão do profissional nutricionista acerca do trabalho interdisciplinar.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Introdução ao Comportamento Alimentar: multifatorialidade como determinante

O comportamento alimentar de um indivíduo é composto por inúmeros fatores predeterminantes na escolha do alimento, no seu preparo e principalmente na sua forma de consumo. Estes fatores estão ligados intrinsecamente aos aspectos biopsicossociais que têm influência direta sobre a subjetividade do indivíduo. De acordo com Mennuccci *et al.* (2015), a subjetividade é compreendida enquanto o “mundo interno” do sujeito, composto por suas emoções, sentimentos e anseios. Ademais, Quaioti e Almeida (2006) entendem que o comportamento alimentar define-se enquanto uma árdua tarefa de articulação entre o estado fisiológico, biológico e as condições ambientais do indivíduo.

Por todos esses fatores, as mudanças relacionadas aos hábitos alimentares não são tão simples de serem adotadas, visto que sofrem interferências da vida social, urbana, temporal, emocional, familiar etc. Além disso, as escolhas alimentares são influenciadas por diversos aspectos como a facilidade, preço, paladar, mídia, imediatismo, entre outros. De acordo com Viana (2002), os aspectos psicossociais são determinantes na mudança do hábito alimentar, pois associam-se aos sentimentos de baixa autoestima, incapacidade, falta de estímulo, estresse e demais variáveis.

2.2 Compreensão do tema através do viés psicanalítico

A partir da identificação com a abordagem psicanalítica, este trabalho fundamenta-se teoricamente utilizando seus pressupostos. Em 1905, Freud apresentou uma nova teoria, bastante polêmica para a época, na qual afirmou a existência de atividade sexual nas crianças, desde recém-nascidas. Os “Três ensaios sobre a sexualidade” (2016) apresentam a definição acerca das zonas erógenas, locais sinônimos de libido e prazer, características de cada fase específica do desenvolvimento infantil. Freud acreditava que não investigar os aspectos referentes à sexualidade infantil acarreta graves consequências ao processo terapêutico e, dentro das manifestações observáveis, a mais arcaica seria o ato de “chupar” ou “sugar”. O autor o define enquanto um comportamento que faria

referência à lembrança da alimentação enquanto conservação da vida (MENUCCI *et al.*, 2015).

Isso se explica quando Freud (1905) afirma que o envolvimento dos processos afetivos na obtenção do prazer é primordial, sendo assim, compreende-se a figura materna enquanto essencial na formação da estrutura psíquica do bebê. Desta forma, não só o ato de alimentá-lo para suprir suas necessidades básicas de sobrevivência torna-se fundamental, mas também a relação afetiva estabelecida pela dupla. Contudo, e apesar da complexidade proveniente da teoria psicanalítica, ela possibilita a realização de inúmeras associações e reflexões acerca do relacionamento do sujeito com a alimentação, tendo este sofrido consideráveis efeitos diante do contexto atual.

2.3 Comportamento alimentar e pandemia

Dentre as consequências mais abruptas causadas pelo isolamento social estão a forma de realizar as tarefas mais básicas do dia a dia, como trabalhar, estudar, alimentar-se, exercitar-se e ainda manter-se sociável. Foi preciso reinventar-se de forma instantânea para dar conta das mudanças emergentes e também dos sentimentos e emoções despertados pela quarentena.

No mês de junho de 2020 foi publicada uma pesquisa exploratória com o objetivo de mensurar quais os sentimentos envolvidos no isolamento social e seus impactos sobre os hábitos alimentares da população em Belo Horizonte e região metropolitana. Entre os 700 respondentes, Verticchio e Verticchio (2020) identificaram que os sentimentos mais latentes foram: “[...] ansiedade, medo de parentes e amigos adoecerem, incerteza quanto ao futuro e preocupação” (p. 2). Além disso, os resultados decorrentes do questionário indicam que 56% dos entrevistados relatam ter aumentado de peso durante o período de isolamento social.

A Fundação Oswaldo Cruz (FioCruz) realizou uma pesquisa entre abril e maio de 2020 com a finalidade de verificar de que forma a pandemia afetou a vida de adolescentes e adultos. Em relação à alimentação, o consumo de verduras, legumes, frutas e feijão diminuiu durante a quarentena, em relação ao consumo anterior à chegada da pandemia. Além disso, os resultados apresentaram um aumento significativo no consumo de alimentos não saudáveis durante a pandemia (FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ, 2020).

Ademais, em julho de 2020 foi publicada parte da investigação que está sendo realizada pelo Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde da Universidade de São Paulo (Nupens/USP). A NutriNet Brasil (2020) divulgou os dados de duas coletas referentes a 26 de janeiro - 15 de fevereiro (antes da pandemia) e 10 de maio - 19 de maio (durante a pandemia). De 10.116 respondentes, concluiu-se que apesar de pouca alteração, houve um maior consumo de alimentos saudáveis durante a pandemia (hortaliças, frutas, leguminosas) e o consumo de alimentos não-saudáveis (ultraprocessados) praticamente não se modificou (STEELE *et al.*, 2020).

Uma pesquisa global sobre “Hábitos Alimentares na Pandemia”, realizada entre setembro e outubro de 2020, encomendada pela *Herbalife Nutrition* e conduzida pela *One Poll*, revelou que 41% das pessoas realizaram uma mudança significativa em sua dieta. O estudo foi realizado em 30 países, com um total de 28 mil indivíduos, entre eles 1.000 brasileiros (TOOTH, 2020). A justificativa da população para escolhas alimentares mais saudáveis se deu pela possibilidade de passar mais tempo em casa e poder se dedicar ao preparo das refeições.

A pesquisa intitulada “Diet & Health Under Covid-19” aponta que a população brasileira está em primeiro lugar dentre as pessoas que mais relataram ter aumentado de peso durante a pandemia, com 52%, seguida do Chile, com 51%. Em último lugar está a China com 6% (BAILEY, 2021). Ademais, a investigação também elucida o aumento no consumo de álcool durante a pandemia, estando a Austrália (21%) em primeiro lugar, seguida dos Estados Unidos (20%). Em relação a esse fator, o Brasil ficou em 6º lugar com 14%. Apesar dos dados alarmantes, a pesquisa aponta a consciência da população acerca da importância de realizar práticas mais saudáveis no dia a dia, em prol de diminuir os riscos de contrair covid-19 (BAILEY, 2021).

O Jornal de Brasília publicou, no final de novembro de 2020, uma notícia relatando a melhora da alimentação dos adolescentes durante a pandemia. O estudo divulgado pelo periódico científico *Nutrients* constatou que a ingestão de frutas e verduras aumentou, diminuindo o consumo dos *fast foods* (MENDONÇA, 2020). Foram abordados 820 jovens de 10 a 19 anos residentes no Brasil, Chile, Colômbia, Espanha e Itália. O Brasil se destacou entre os que mais consumiram frutas e verduras, tendo quase o dobro de ingestão da Espanha e Colômbia, e aproximadamente o triplo do Chile, mas

em contrapartida, foi o país que teve os níveis mais elevados de consumo de *fast food* também.

Por todos estes indicativos, subentende-se que agora, mais do que em qualquer momento, os profissionais necessitam unir esforços em prol da minimização dos efeitos negativos que a vivência da pandemia propiciou à população. Sendo assim, o trabalho multiprofissional é um potente facilitador no cuidado em saúde.

2.4 O olhar coletivo: atuação multidisciplinar/interdisciplinar

O conceito de interdisciplinaridade vem conquistando espaço nas práticas em saúde, principalmente na Clínica Ampliada e nas ações voltadas ao cuidado integral do sujeito. Constitui-se em um movimento necessário diante das inúmeras emergências que atravessam os sujeitos da contemporaneidade. Pereira (2017) ilustra o conceito de tal modo:

Consiste, portanto, em processos de interação entre conhecimento racional e conhecimento sensível, e de integração entre saberes tão diferentes, e, ao mesmo tempo, indissociáveis na produção de sentido da vida (p. 5).

Pensando na articulação entre a Nutrição e Psicologia, pode-se dizer que o alimento está presente em diversas instâncias de nossa vida. Culturalmente, a comida e a bebida são sinônimos de reuniões afetivas com familiares e amigos, elaboração de cardápios e banquetes como forma de ofertar cuidado. Outras vezes, pode servir como forma de educação e/ou punição para os filhos. Enfim, os hábitos e o comportamento alimentar variam de acordo com o momento de vida do ser humano, determinado pelas emoções que circundam a rotina e as relações. Diante disso, Schauren, Schwertner e Dhein (2016) atentam para a importância da articulação entre estes dois campos de atuação: Psicologia e Nutrição. Torna-se insustentável atender um paciente e elaborar um plano nutricional sem ater-se a sua história de vida, suas necessidades, medos, dúvidas, desejos e objetivos. Ao realizar um atendimento de cuidado integral à saúde, é fundamental apropriar-se do modo como aquele sujeito se relaciona com a alimentação, compreendendo a importância que a comida possui na sua vida.

No cuidado integral, não há um olhar fragmentado ao sujeito. Pelo contrário, ele é compreendido a partir de todas as necessidades que o permeiam como um todo. Desta forma, Schauren, Schwertner e Dhein (2016) destacam a importância da escuta no

primeiro atendimento nutricional com o paciente, a fim de compreender sua história para além dos âmbitos alimentares. Esse movimento confirma a relevância do acolhimento como dever de qualquer profissional de saúde nas práticas de humanização, retirando o misticismo de ser um papel exclusivo dos psicólogos. Acredita-se que para realizar uma abordagem efetiva deve-se haver uma sintonia entre estes dois campos de saber, cujo o objetivo mútuo é conhecer a história de vida do paciente para assim promover a saúde do mesmo.

3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

A vigente pesquisa utiliza como estrutura investigativa a abordagem qualitativa, que de acordo com Turato (2005), sua principal característica constitui-se não na definição dos fenômenos em si, mas sim no significado que eles possuem para aqueles que o experienciam. Ainda de acordo com o autor, o método qualitativo tem como característica ater-se ao processo, e não apenas ao produto final.

De acordo com Minayo (2012), a estrutura das pesquisas qualitativas baseiam-se em determinados substantivos: “experiência, vivência, senso comum e ação” (p. 622). A experiência carrega em si uma compreensão de significados, expressando-se a partir da linguagem. Já a vivência é algo subjetivo a cada um, pois vive-se de maneiras distintas, e o que determina isso é a personalidade e a forma como o sujeito se implicou na história.

Foram convidadas para este estudo dez nutricionistas, considerando os critérios de inclusão: possuir graduação em Nutrição, ter entre 20 e 65 anos, e ser atuante em qualquer localidade pertencente ao Vale do Taquari/RS. Não foram aceitas profissionais que não estivessem atuantes em suas práticas durante o período correspondente a março-outubro do ano de 2020. Entende-se por atuantes aquelas que realizaram atendimentos tanto presenciais, como também virtuais no período mencionado, excluindo as que estiveram em período de recesso ou afastamento. O convite foi realizado de modo virtual, inicialmente por rede social e, posteriormente via e-mail. Ao final, participaram da pesquisa seis nutricionistas do sexo feminino que relataram suas experiências profissionais nas áreas de Clínica e/ou Saúde Coletiva.

Como ferramenta utilizada para alcançar os objetivos optou-se pela entrevista, pois entende-se que esta permite estabelecer uma relação mais intimista com o

pesquisado, a ponto de possibilitar uma compreensão subjetiva da experiência emergente. Duarte (2004) reforça que a entrevista não consiste em uma “conversa de cozinha” (p. 215), mas sim enquanto uma técnica que necessita de embasamento teórico consistente e que demanda competência por parte do investigador.

Além disso, deve-se ter a habilidade de visualizar, nos depoimentos, a singularidade emergente e relacioná-la com o contexto coletivo e social. Para este fim, foi utilizada a gravação de áudio durante as entrevistas para posterior transcrição, tendo como propósito a escuta atenta aos relatos e análise minuciosa das particularidades da prática de cada uma das entrevistadas. O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (APÊNDICE A) foi apresentado e, posteriormente, as entrevistas foram realizadas via Plataforma Google Meet, em horário determinado por cada entrevistada. Vale ressaltar que a pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética da Univates, sob o número CAAE: 40787720.6.0000.5310.

Em vistas de todas as considerações realizadas até o presente momento, e com o objetivo de responder à pergunta de pesquisa, foram elaboradas seis questões utilizadas nas entrevistas, caracterizadas como semiestruturadas, a saber: 1) Durante o isolamento social, de que forma você realizava os atendimentos? Quais foram os maiores desafios?; 2) Você percebeu uma maior aderência ou desistência dos pacientes/usuários aos atendimentos durante a pandemia? Caso alguma dessas opções seja afirmativa, ao que você relaciona isso?; 3) Você acredita que as emoções possam ter afetado o comportamento alimentar dos pacientes/usuários durante a quarentena? Quais? De que forma?; 4) Quais fatores você considera que foram/são determinantes na escolha alimentar dos seus pacientes/usuários neste período de pandemia?; 5) Considera que seja importante trabalhar em articulação com outras áreas? Se sim, desenvolve ou já desenvolveu em sua atividade essa articulação? Com qual área?; 6) Você considera que os aspectos psicológicos produzem impactos na forma como o sujeito se relaciona com a alimentação? Explique essa articulação.

Tais entrevistas foram realizadas durante os meses de março e abril do ano pandêmico de 2021. A fim de identificar as falas durante a seção de análise, bem como de preservar as identidades pessoais, utilizaremos os codinomes: Fabíola, Camila, Sara, Marcela, Daniela e Júlia. As 6 entrevistadas possuíam de 30 - 40 anos, dividindo-se entre

3 atuantes na Atenção Básica, e 3 com consultório particular, sendo uma delas em ambas as áreas. As cidades restringiram-se à Estrela, Lajeado e Teutônia.

Optou-se pela utilização da Análise Textual Discursiva (ATD), recorrendo a Roque Moraes e Maria do Carmo Galiazzi (2006) para elucidar a análise. De acordo com os autores supracitados, essa abordagem situa-se no intermédio entre a análise de conteúdo e a análise de discurso. É estruturada pela “unitarização”, ou seja, o texto é organizado a partir de unidades de significação, podendo ainda gerar “subtemas” a partir destas. Tratou-se de definir “palavras-chave e/ou frases” que caracterizassem um subgrupo abordado com frequência pelos entrevistados, por exemplo: “comida como desencadeadora de emoções”. Após a elaboração da unitarização, iniciou-se a articulação desses temas em semelhanças. Esse processo é nomeado como “categorização” (MORAES; GALIAZZI, 2006). Ao final da análise, elaborou-se quatro categorias, que serão apresentadas e discutidas na próxima seção.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da delimitação do método e da estrutura de análise da pesquisa, obteve-se dados singulares acerca da atuação das profissionais durante o período excepcional de pandemia.

Independentemente da linha de atuação, foi unânime o relato das profissionais acerca da necessidade de reestruturação dos atendimentos diante das transformações decorrentes da pandemia. A principal questão é o atendimento online e as teleconsultas, possibilitadas pelo Conselho Federal de Nutrição apenas em 30 de setembro de 2020, a fim de abarcar a demanda de consultas prioritárias e eletivas durante o isolamento social (CFN, 2020). De um lado, a possibilidade de atuação diante de um cenário completamente distinto a todos até então, e de outro as limitações provenientes da comunicação por meios eletrônicos. Além disso, de acordo com o relato das profissionais, a “mentalidade de dieta” ainda está fortemente relacionada à necessidade dos pacientes em verificar suas medidas e se pesarem. Tal como nos aponta uma das participantes:

[...] Apesar de eu trabalhar isso logo desde a primeira consulta com os pacientes, de que o peso não é o foco né... só que isso é realmente um processo. Por mais que eu diga isso, passe essas orientações no início, a cultura e a crença de chegar no consultório nutricional e ir direto pra balança e depois segue a consulta, ainda é muito forte. (Sara)

Porém, apesar de todas as restrições que o atendimento online carrega, viu-se uma possibilidade de transformar as adversidades em soluções, a fim de aplacar a demanda

daqueles sujeitos que já estavam há semanas sem qualquer tipo de acompanhamento. E aí a necessidade de reinventar-se enquanto profissional, como nos indica a profissional:

[...] Então veio essa possibilidade, assim, que pra nós foi fantástica, brilhou os olhos, porque nós também estávamos nessa agonia, assim... De entender. A gente sabe, tanto na Psico quanto na Nutri, a importância da regularidade dos atendimentos e tudo mais, do contato, do vínculo, então também era uma angústia pra nós. (Fabiola)

Notou-se a necessidade de romper com as formas mais tradicionais e rígidas de atuação, para flexibilizar-se diante das mudanças inevitáveis às quais estamos submetidos:

[...] E eu acho que a gente vai aos poucos, talvez se acostumando com esse modelo diferente. Hã... criatividade, né?! (fala entusiasmada) Pra mim sempre foi isso de tá perto da pessoa, né?! Fisicamente falando. É muito interessante como muda, mas, que, aos poucos, eu percebo que eu tô me acostumando mais com isso também. (Camila)

A partir dessa introdução com relatos das participantes acerca do seu fazer enquanto profissionais atuantes durante a pandemia, seguimos no desenvolvimento da análise a partir da criação de unidades de significação que elucidam os principais pontos compartilhados pelas profissionais. Foram criadas, assim, quatro unidades, desse modo intituladas: **1) “A gente come alimentos e sentimentos, não só alimentos”;** **2) O aumento de peso em decorrência do “permitir-se”;** **3) Os extremos da pandemia alimentar;** e **4) (Des)Encontros entre Psicologia e Nutrição.**

4.1 “A gente come alimentos e sentimentos, não só alimentos”

A partir das pesquisas realizadas recentemente acerca dos impactos da pandemia na alimentação da população (descritas na seção pertinente ao referencial teórico deste artigo), a situação de isolamento social e mudanças decorrentes provocaram inúmeras consequências à população. O alimento, diversas vezes, foi utilizado como recurso para lidar com as adversidades provindas desse período. É o que confirma a fala de Daniela:

Eu acredito que esse fato de isolamento, de distanciamento social, contribuiu pra uma intensificação dessa relação, assim, com o alimento. E acabou sendo um dispositivo, uma ferramenta pra lidar com certas emoções, muito mais acessível.

Esse é um fator delicado, pois acaba tornando-se o único recurso viável, na percepção do sujeito, diante da situação de desamparo sentida. Kalil (2010), a partir do entendimento psicanalítico, faz referência à pulsão, enquanto força propulsora de desejos, para relacionar com o excesso e a perda. Sendo assim, diante da perda do objeto, sentida pela situação de vulnerabilidade decorrente da pandemia - na mudança da rotina, do

trabalho, da vida cotidiana -, o sujeito tende a buscar recursos externos, como por exemplo, a comida, no intuito de encobrir a sensação de falta. Esse movimento constituiu-se em diversas tentativas falhas, numa incansável busca por preencher a sensação de vazio. Podemos perceber esse fenômeno a partir do relato da entrevistada:

[...] Eles sentem muitas vezes o desconforto, seja raiva, seja medo, seja tristeza, mas eles não identificam muito isso e acabam tentando sanar esse desconforto com a comida, né? [...] Tentar acolher essas sensações, esses desconfortos. Também entender, nomear esses sentimentos, essas emoções. [...] o fato de comer em excesso e ter uma sensação de estar muito cheio a ponto de quase ficar desconfortável, né? Então aí eu penso: "nossa, que vazio a pessoa tá tentando preencher?" (Daniela)

De fato, essa é uma pergunta que gera inúmeras reflexões e incógnitas. França (2012) relaciona esse vazio com uma forma de negação, pois o sujeito escolhe um objeto, de certa forma acessível a ele, para sobrepor determinadas angústias. Nascimento (2007) recorre a Freud para associar essa angústia proveniente do mal-estar na cultura, com a utilização de dispositivos para minimizar a impotência sentida diante das incertezas provenientes da sociedade atual, podendo ser elas: a religião, o amor, as drogas, o sexo e também a comida. Com isso, subentende-se que a pandemia, enquanto uma mudança que suscitou diversos sentimentos, ocasionou a necessidade da população criar estratégias que pudessem sustentar os anseios gerados pelos tempos de incerteza e vulnerabilidade.

Além de todas as angústias provenientes dessa sensação de vazio e insegurança, ainda há uma dificuldade na identificação dos sentimentos emergentes do isolamento social. Percebe-se certo impasse nas tentativas de acessar as emoções de forma clara e concisa:

Os pacientes mesmo trazem essa fala: eu como por ansiedade. Mas ansiedade, e é isso. Não conseguem mais entrar nisso. Tá, mas onde tu sente ansiedade? Então, assim, o sentimento é ansiedade. Eles não conseguem identificar assim: medo, angústia, raiva, tédio, irritação. Enfim, outros sentimentos, né? (Fabiola).

Mesmo com a dificuldade dos pacientes nomearem os sentimentos/emoções, as profissionais, de maneira geral, elencaram a ansiedade como propulsora dos hábitos alimentares desorganizados, provinda da insegurança e do medo sentidos durante a quarentena. A fala de Júlia confirma essa afirmação:

[...] As pessoas realmente mudaram bastante os hábitos alimentares, em função dessas questões mais psicossociais, de ansiedade, de... enfim, mudança de rotina, né?

Todas essas mudanças impostas abruptamente pela pandemia potencializaram a importância da comida na rotina da população. Em determinadas situações, ela foi considerada a única forma de obtenção de prazer, principalmente ao optar por alimentos ricos em gorduras e açúcares:

A pessoa teve um dia mais estressante, vai gerar vários outros agravantes, e a consequência disso geralmente vai ser o consumo alimentar em excesso, ou uma escolha não tão positiva, não tão saudável, porque é uma busca pela energia de forma rápida, prazerosa. (Sara)

Essa articulação faz referência à reflexão de Nascimento (2007), o qual compreende o prazer e o mal-estar em uma íntima relação: “[...] por paradoxal que seja, da mesma forma que o prazer pode ser uma das causas do mal-estar, como sugere o autor, ele também funciona como uma forma de escapar deste último” (NASCIMENTO, 2007, p. 177). Sendo assim, é praticamente uma luta constante diante do mal-estar emergente da sociedade, proveniente de inúmeros fatores, tentando ser aplacada com doses diárias de prazer, possibilitadas por objetos externos, como a comida.

Em vistas disso, não só a situação de pandemia pode gerar hábitos alimentares desorganizados, como também situações da vida em geral. Isso ocorre porque os sentimentos estão intimamente ligados com as memórias conscientes/inconscientes da constituição do psiquismo do sujeito. Essas memórias iniciam na fase da introdução alimentar do bebê, durante o período de amamentação, sendo elas determinantes para uma relação saudável ou patológica com o comer. É o que elucida Nascimento (2007), ao referir-se à amamentação como um gesto carregado de afeto que ficará marcado para sempre, em que a mãe dá algo do próprio corpo ao bebê. O autor acrescenta: “Comemos lembranças da família, comemos história e comemos valores culturais” (p.72); daí também é possível associar com a sensação comumente relatada: “tem gosto de infância”. A nutricionista Camila relata sua percepção acerca do tema:

É, eu sempre falo com os pacientes que o comer emocional, ele vai estar presente a nossa vida toda. Ele não é algo que a gente tem que pensar em eliminar, não. Ele tá com a gente. A nossa primeira forma de descobrir o mundo fora da barriga da nossa mãe é o leite, é o alimento. Então isso faz parte. E é lindo, porque as nossas melhores memórias relacionadas a sentimentos, elas têm relação com a comida. [...] (fala entusiasmada) E o comer emocional, eu não vejo ele como um problema, eu vejo ele como algo da vida. O problema é quando a gente usa a comida como único recurso pra lidar com as emoções.

Com esse entendimento, percebe-se a importância de haver profissionais dispostos a enxergar o paciente em sua subjetividade, compreendendo o comportamento alimentar enquanto multifatorial. Esse olhar só é possível a partir de uma abordagem mais dinâmica dentro do viés comportamental. Mennucci *et al.* (2015) cita a Psicodinâmica alimentar (p.63) como um campo da Psicanálise que aborda a forma como o paciente se relaciona com o alimento, identificando o que é vontade, necessidade, satisfação, frustração, entre outros. Ademais, as autoras sinalizam a importância de observar o modo como as famílias lidam com as refeições, o valor agregado e, se compreendem como obtenção de prazer, quebra de normas, pecado, etc. Para muitos pacientes, a relação com a alimentação define-se como uma conflitiva interna entre autonomia e submissão, e/ou perda de contato interpessoal e enquadre com os padrões. A preocupação principal na vida do sujeito torna-se a comida: comida certa *versus* comida errada. Em vista disso, no tratamento dos pacientes, é imprescindível reforçar a compreensão do conceito enquanto multifacetado e singular. É necessária a investigação dessa rede complexa de fatores que compõem a psicodinâmica alimentar, muitas vezes solicitando a parceria de profissionais de diversas áreas, trabalhando com o foco na diminuição do sentimento de culpa e incapacidade que permeia a vida do sujeito.

Diante dessa necessidade, também na área nutricional, em 2015 Alvarenga *et al.* (2019) lançaram seu primeiro livro inaugurando o conceito de Nutrição Comportamental, definindo-se enquanto uma abordagem científica que leva em conta não apenas os aspectos biológicos da Nutrição, mas também os sociais, fisiológicos e emocionais. Um dos objetivos dessa abordagem é promover alterações no relacionamento íntimo do sujeito com a alimentação e na forma do profissional nutricionista relacionar-se com o paciente. As autoras entendem como um problema do seu campo de atuação valorizar apenas os fatores biológicos da alimentação e prezam por um atendimento com enfoque biopsicossocial.

Com a notória influência das emoções na determinação do consumo alimentar, os temas da vida cotidiana do paciente virão à tona, e o nutricionista, enquanto profissional de saúde, também deverá considerar esses aspectos, a fim de oferecer um cuidado integral ao sujeito. Com a fala a seguir, fica claro que não é possível desagregar os segmentos constituintes da história de vida do paciente:

[...] Então, muitas vezes a consulta que a gente vai tentar trazer luz pra uma organização, pra uma rotina alimentar, pra um equilíbrio, ela acaba se misturando e acaba trazendo junto a relação com o marido, a relação com os filhos, como eu me sinto diante da vida [...] Então eu não vejo uma forma... eu não sou psicóloga, né, mas eu não vejo uma forma de dissociar, porque é tudo uma coisa só, né? (Camila)

Com esse relato, finalizo a seção que faz referência ao comer emocional, o qual está nitidamente presente na prática das profissionais, principalmente em decorrência da situação de pandemia. Novamente é importante reforçar a necessidade de um olhar atento a esse comer, podendo inclusive, tornar-se patológico na ausência de um manejo adequado. Como já citado anteriormente, esse período intensificou os agravantes que já estavam sendo observados até então, e uma dessas consequências foi o aumento de peso.

4.2 O aumento de peso em decorrência do “permitir-se”

A pesquisa intitulada “*Diet & Health Under Covid-19*”, realizada em 30 países do mundo, colocou a população brasileira em primeiro lugar nas nações que mais engordaram durante a pandemia. Esse é um fator preocupante, pois é sabido que comorbidades relacionadas ao sobrepeso são extremamente desfavoráveis a pacientes com Covid-19. Um percentual de 52% dos entrevistados afirmou ter aumento de peso nesse período, mais precisamente, uma média de 6,5kg (BAILEY *et al.*, 2021).

Em vistas disso, esse também foi um ponto percebido pelas nutricionistas atuantes no Vale do Taquari:

[...] Pessoas que me trouxeram questões mais relacionadas com a pandemia, normalmente foram questões negativas, do tipo: ‘comi demais’ (fala do paciente). (Júlia)

Na Nutrição, existem dois pontos de vista distintos em relação ao consumo alimentar: metabólico e psicossocial (ALVARENGA; KORITAR, 2015). O primeiro diz respeito aos sinais enviados ao cérebro após a ingestão de comida, a partir da perspectiva de quantidade e tipo, e estão relacionados com o estoque de energia proporcionado ao corpo, por vias biológicas. E o segundo tem influência do humor, da cognição e da personalidade. Sendo assim, as autoras supracitadas consideram que o ato de se alimentar inicia basicamente a partir da necessidade metabólica, mas é sequenciado pelo fator psicossocial que determina qual tipo de alimento quer consumir e como quer consumir, também a partir dos costumes e normas gerais da sociedade.

Por todos esses indicativos, os hábitos alimentares são regidos por um complexo sistema de determinantes. Ademais, a comida não é utilizada apenas para sanar as necessidades de energia metabólica, mas também as demandas emocionais.

Seguindo nesse viés, foi perceptível a utilização da comida como ferramenta para minimizar a angústia diante do tempo ocioso e do isolamento social:

[...] Nós tivemos muitos encaminhamentos de pessoas que ganharam muito peso na pandemia. Assim, de ganhar 20kg em 6 meses. [...] 'O que eu vou fazer? Comer, cozinhar' (fala da paciente). Isso já era uma realidade, e eu acho que a pandemia veio e intensificou ainda mais [...] (Fabiola).

O “Modelo do Processo de Escolha de Alimentos de Sobal” foi dividido em três componentes determinantes no ato de selecionar os alimentos, sendo eles: curso da vida, influências e sistemas alimentares pessoais (ANTONIACCIO *et al.*, 2015). Dentro do aspecto pertinente às experiências do curso da vida, estão as “transições” (p. 105), sendo definidas por situações ocorridas de modo repentino, na maioria das vezes, não esperadas. Sendo assim, de acordo com essa teoria, mudanças psicossociais são predisponentes diante das escolhas alimentares, e dentro disso podemos enquadrar a pandemia e suas mais variadas consequências. Por exemplo, a situação de isolamento social instituída, de certa forma, restringe a liberdade da população no que diz respeito à socialização e ao direito de ir e vir. Isso impactou a forma como os indivíduos haviam internalizado sua conduta alimentar:

[...] Atendi várias pessoas, que vinham de dietas restritivas e tava tudo ok. Já tinham perdido 15kg e se pegaram presas dentro de casa. Daí a restrição que vinha sendo feita, junto com toda a mudança, a tensão, o medo, a incerteza, deu o 'boom'. (Fabiola)

Alvarenga *et al.* (2015) apresentam pesquisas científicas que comprovam a ineficácia das dietas restritivas e um desses fatores diz respeito à desconsideração do contexto no qual o indivíduo está inserido. Isso porque a restrição pode estar atrelada, em muitos casos, a um ambiente desfavorável, com rotinas rígidas e extenuantes, que irão intensificar a percepção da dieta enquanto mais uma forma de punição em meio a tantos estressores. Por essas razões que, durante um período tão conturbado quanto o isolamento social, a restrição alimentar acaba tornando-se um contributo a prejudicar a saúde física e, principalmente, mental da população. Favorecendo, assim, a busca pela comida como forma de alento, a fim de minimizar os sentimentos negativos provenientes do período atual. Essa percepção é reforçada a partir do relato de Daniela:

Então o alimento acabou se tornando um dispositivo de prazer, de conforto, de satisfação, de recompensa, né? [...]. Os pacientes geralmente vêm com um discurso que são ansiosos, que comem por ansiedade.

Em meio à desorganização impulsionada pelas transformações provenientes da pandemia, alguns até utilizaram o tempo disponível em casa, para relacionar-se de modo

mais íntimo com a comida; porém, a preferência dos preparos acabava sendo por alimentos mais palatáveis, ricos em gordura e açúcares, trazendo como consequência também o ganho de peso:

[...] (falando pela voz de uma das suas pacientes) ‘melhorou porque tenho mais tempo pra me dedicar, mas ao mesmo tempo me atrapalhei, me desorganizei, fazendo preparações mais calóricas’ [...]. (Sara)

Em relação às escolhas alimentares, Franchi *apud* Antoniaccio *et al.* (2015) considera que os sentimentos têm influência sob a forma que o sujeito percebe a comida, podendo ter diferentes significados. Pontualmente nessa situação, percebe-se relação à “função hedônica” (p. 110) do alimento, sendo ela definida a partir dos benefícios vinculados ao prazer, como: o visual, cheiro, gosto etc. Além disso, estes estímulos sensoriais despertam emoções, podendo elas ser positivas ou negativas, tendo relação direta com nossas vivências de prazer. Alvarenga e Koritar (2015) afirmam que o ato de comer é a busca por prazer, sendo assim, experiências prazerosas em relação a um determinado alimento predispoem a repetição ao ato.

Com estes indicativos, é possível confirmar a influência das emoções e dos aspectos psicossociais na conduta alimentar da população, tendo, por vezes, consequências negativas do ponto de vista de saúde. Contudo, nem todos os brasileiros possuem a liberdade de fazer escolhas em relação ao alimento, gerando, da mesma forma, impactos negativos, porém, predispostos por outros determinantes.

4.3 Os extremos da pandemia alimentar

Os dados das pesquisas realizadas em 2020 e 2021, até o atual momento, são preocupantes. Na mesma medida em que, segundo o Inquérito Nacional sobre Insegurança Alimentar no Contexto da Pandemia da Covid-19 no Brasil, 19 milhões de pessoas viviam em situação de fome no país (MARTINS, 2021), muitos ganharam peso na pandemia, chegando a tornarem-se, inclusive, obesos. De acordo com a OMS, em média 20% das crianças brasileiras estão obesas e cerca de 32% dos adultos apresentam algum grau de excesso de peso (ASAP, 2021). Dessa forma, instauram-se dois extremos e graves problemas de saúde pública.

De acordo com a pesquisa “Efeitos da pandemia na alimentação e na situação de insegurança alimentar no Brasil”, 59,4% das famílias brasileiras consideravam-se em

insegurança alimentar. Os dados foram coletados no período de agosto a dezembro de 2020 (GALINDO *et al.*, 2021). A região Sul apresentou o menor índice de vulnerabilidade do país; porém, mesmo com esse dado, ainda existem indicativos dessa realidade no Vale do Taquari, como podemos perceber a partir do relato de Daniela:

Se a gente pensar no meu processo de trabalho, nos locais que eu atuo, existem dois extremos né: existem territórios onde a comida é ofertada, não há tanta pobreza e desigualdade social, mas, há também o outro lado, onde a comida é escassa né? [...] E aí as pessoas acabam não tendo o recurso do alimento, sabe? Pra de alguma forma auxiliar nesse processo, e sim, a falta de comida.

Além dos extremos relacionados à disponibilidade do alimento, a partir do relato das entrevistadas, foram percebidas também as dicotomias entre o consumo exagerado de comida e, do outro lado, a população que deu preferência para uma alimentação mais saudável:

Assim, acho que tem dois perfis: a gente tem pessoas que acabam sobrecarregando, e com ansiedade, com incerteza que todas essas questões emocionais envolvem, muitas acabam usando a comida né... Então, pra suprir essas angústias como uma forma de aliviar o estresse, sabe? [...] Então tem essa população, esse público, e tem também quem, percebo também, quem conseguiu melhorar seu consumo alimentar, principalmente na questão qualidade. (Sara)

De fato, esse é um fator percebido em demais pesquisas. Houve um aumento no consumo de alimentos considerados saudáveis, de acordo com Galindo *et al.* (2021): ovos (18,8%), frutas (9,4%) e hortaliças/legumes (8%). O estudo publicado no periódico científico *Nutrients* constatou que adolescentes brasileiros passaram a ingerir mais frutas e verduras; em contrapartida, o Brasil foi o país que teve os níveis mais elevados de consumo de *fast food* (MENDONÇA, 2020). A pesquisa da UNICEF/Ibope confirma o aumento dos *fast food*: de 16% (julho/2020) para 21% (novembro/2020) nos lares brasileiros (ARABI, 2021). Este fator é elucidado pela fala a seguir:

Os próprios sentimentos, as próprias emoções determinando um consumo também, né? Então, eu to buscando na comida uma forma de manejar as minhas emoções. Então eu já incluo na minha lista do mercado ou eu já peço uma tele de algo muito palatável, que daqui a pouco é o alimento que vai me aliviar, que vai me trazer uma nutrição afetiva, talvez que eu busco na comida né? (Camila)

Novamente, podemos perceber a seletividade realizada pelo sujeito, ao buscar a partir da comida, um anestesiamiento das emoções consideradas negativas. A preferência por alimentos doces é justificada pela sensação de conforto, euforia, melhora no sono, etc; proporcionada por neurotransmissores de serotonina que agem no cérebro, visto que

a alimentação também está conectada com o sistema central (FEIJÓ *et al.*, 2011). Segundo uma das nutricionistas:

[...] E assim, as pessoas, elas acabam comendo muito os doces. Porque os doces, eles dizem que acaba tirando um pouco da ansiedade né? (risos) As farinhas brancas também, né? (Júlia)

A investigação de Galindo *et al.* (2021) também verificou esse dado, apresentando um aumento de 8,6% no consumo de doces durante a pandemia, corroborando para uma queda no consumo de alimentos saudáveis: 85% nas famílias brasileiras em vulnerabilidade social, sendo esse dado condizente com o relato de Marcela:

O acesso foi um deles, de não poder comprar as coisas como gostaria. Teve a questão financeira, de relatarem que: 'fulano perdeu o emprego' e aí não tinha como comprar como queria.

Este é um dado preocupante, pois considerando a dificuldade do acesso a alimentos saudáveis, uma das consequências é a obesidade. Esse desfecho possui um custo extremamente elevado aos órgãos públicos, em decorrência dos fatores associados ao excesso de peso. Sendo assim, uma das estratégias eficazes são as ações de prevenção. De acordo com Dunker *et al.* (2015), a prevenção pode ocorrer em três níveis: desde políticas que intervenham nas propagandas dietéticas; realizando ações específicas com indivíduos que já apresentem determinados sinais de risco e, por fim, quando a ação é voltada a minimizar os sintomas e proporcionar uma melhor qualidade de vida ao paciente.

Nesse ponto, a pandemia também contribuiu para suscitar outro problema: com a diminuição de renda, pessoas que estavam em acompanhamento nutricional anteriormente tiveram que abdicar do tratamento por consequência da redução de custos. Sara relata:

[...] Varia muito né, dependendo da situação de cada um. Mas isso senti bastante: 'vou dar um tempo, porque tá muito difícil, depois eu volto a te procurar' (relatando acerca da fala da paciente), mais ou menos assim, deixando ali em segundo plano.

Sendo assim, no momento de maior instabilidade alimentar, no qual o acompanhamento nutricional seria um contributo na promoção da saúde e prevenção de agravos, ele é deixado como secundário.

Diante desses indicativos, pode-se perceber que a pandemia suscitou impactos que ultrapassam os âmbitos da alimentação apenas atrelada ao exagero, mas sim, em relação à esfera social como um todo. Frente a isso, torna-se ainda mais relevante a articulação de diversas áreas a fim de minimizar os agravantes provocados pela Covid-19. É o que veremos na próxima seção.

4.4 (Des)Encontros entre Psicologia e Nutrição

Considerando todos os agravantes desencadeados pela pandemia, o cuidado com a saúde tem sido o foco de grande parcela da população, gerando uma intensa demanda de trabalho aos profissionais, tanto nas ações de promoção, quanto na prevenção. As nutricionistas entrevistadas relataram sua percepção acerca da demanda emergente:

Tá sendo complicado pra todo mundo, pra todas as áreas, mas a saúde se torna cada vez mais importante, né? Tanto cuidar da saúde física como da saúde mental também. Então, acho que as nossas áreas, a gente tende a contribuir muito, ainda e cada vez mais daqui pra frente. Quanto mais unidas estivermos, a gente só tem a ganhar, e os nossos pacientes também. (Sara)

Entende-se que, por um lado, houve um fortalecimento no que diz respeito ao olhar ampliado sobre a saúde do sujeito, abrindo possibilidades para intervenções multidisciplinares. Reforçando essa lógica, Schwertner (2015) acredita que a integralização possibilita um atendimento singular, em que ambos (profissional + paciente) têm benefícios, pois, o nutricionista que se coloca à disposição daquele que o procura “também se vê nutrido emocionalmente”. (p. 61) A nutricionista Camila também compactua com essa abordagem, dando ênfase à importância de uma das premissas da Clínica Ampliada: a não patologização do sujeito e a promoção da autonomia do mesmo diante do seu processo saúde/doença (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2007), afirmando:

Eu acho que a gente só soma em parceria. Eu acho que se a gente busca olhar pra uma pessoa e não pra uma doença, se a gente busca prevenir agravos e promover saúde, eu não vejo um caminho que não seja uma integração entre vários profissionais.

Além disso, essa possibilidade de autonomia proporciona ao paciente enxergar-se em diferentes contextos dentro do cuidado ampliado, olhando para sua demanda, refletindo sobre ela e corresponsabilizando-se acerca do seu próprio processo (ALONSO, 2016). Podemos visualizar essa concepção a partir do relato a seguir:

E eu sempre digo: o paciente, ele precisa se desenvolver, precisa resolver as questões dele. Se foi mais ajuda da psico ou da nutri, ou do médico, não importa. O que aquela pessoa precisa é da melhora que ela tá buscando. (Fabiola)

Sendo assim, o trabalho multiprofissional, em sua especificidade, não deve se sobrepor, um ao outro: deve estar estruturado a partir do esforço coletivo com o objetivo comum de proporcionar a qualidade de vida do sujeito. Em uma equipe multiprofissional, nenhum dos saberes deverá ter maior relevância que os demais, nem mesmo o do analista, como reforça Malzyner (2016), necessitando este, estar aberto para considerar de igual modo, o conhecimento dos nutricionistas e psiquiatras diante do cuidado integral.

Uma das potencialidades do atendimento nas unidades de saúde é a possibilidade de os profissionais terem trocas mais recorrentes de conhecimento, a partir dos estudos de caso realizados em equipes multiprofissionais. Alonso (2016) destaca o quanto as equipes, se bem constituídas, podem promover um melhor arranjo simbólico no entendimento psíquico do paciente em seu processo saúde/doença. A nutricionista Daniela reforça sua percepção sobre o tema:

Eu acho que na grande maioria dos casos é necessária essa articulação, né? Principalmente com a Psicologia, com a Assistência Social. Porque o trabalho em si, isolado, ele vai ter muitas limitações, assim né? E acredito que todas as áreas tenham. Então, trabalhar em equipe, discutir casos com demais áreas, é de extrema importância. Eu tento fazer isso o máximo possível dentro do meu processo de trabalho, e a própria estrutura da Atenção Básica, proporciona, possibilita a gente discutir casos em equipe.

Além disso, de acordo com o Ministério da Saúde (2007), na Atenção Básica, o cuidado ao usuário acontece de forma mais intimista, com a possibilidade de compreender acerca da realidade social a qual o sujeito está inserido: “A equipe na Atenção Básica tem mais chance de conhecer a família ao longo tempo, conhecer a situação afetiva, as consequências e o significado do adoecimento de um deles” (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2007, p. 37).

É perceptível o entendimento das profissionais acerca da importância do trabalho em articulação com demais áreas, porém, existem obstáculos importantes a serem destacados nesse contexto:

Nem todos estão abertos, alguns mais que outros, e a gente percebe que quando existe abertura, quando existe possibilidade de diálogo, como todos nós saímos ganhando. Então acredito muito no trabalho em conjunto, inclusive com profissionais da mesma área. Porque às vezes também é um desafio, acho que isso a gente tem que citar. Dentro da mesma área, às vezes a gente encontra desafios importantes, com formas de entendimento... (Camila)

Diante dessa colocação, cabe a nós refletirmos acerca dos impasses advindos de posturas profissionais mais rígidas dentro das equipes de saúde, tornando-se estas,

dificultadoras no compromisso com a singularidade do usuário. Além disso, se dentro da mesma área de atuação já ocorrem estes embates, constitui-se em uma manobra ainda mais complexa quando há a existência de duas ou mais áreas de conhecimento distintas. Porém, é preciso reforçar sempre que, a partir do olhar da Clínica Ampliada, a singularidade e a qualidade de vida do sujeito deve estar à frente de qualquer hierarquia profissional. Alonso (2016) fomenta que o pensamento coletivo e o respeito às diferenças possibilitam um melhor manejo e co-responsabilização, por parte da equipe e também do usuário, diante do seu processo.

Entretanto, este não é o único desafio encontrado na prática das profissionais, vindo a dificultar o intuito de realizar um trabalho articulado com outras áreas, especialmente a Psicologia. A entrevistada Fabíola expressa:

Eventualmente conseguimos, mas eventualmente eu gostaria de encaminhar muito mais do que é encaminhado, mas que ali na pessoa existe assim: 'não não, psicóloga não precisa, né?' (fala da paciente) Ou até essa questão de umas que: 'eu não quero mexer' (fala da paciente).

Esse pensamento é mais frequente do que gostaríamos na área da Psicologia, visto que ainda existe o estigma de associar o sofrimento psicológico com a loucura, oriundo da visão manicomial³. Ademais, o viés psicanalítico realiza um entendimento particular diante desse tipo de comportamento, considerando essa forma de resistência um Mecanismo de Defesa diante de situações às quais o sujeito possa sentir certa vulnerabilidade frente ao seu sofrimento. É imprescindível identificar esses mecanismos para realizar um manejo adequado diante do comportamento que é desencadeado a partir dele. Os mecanismos de defesa podem ser uma via possível para identificação dos sintomas, bem como um impeditivo para chegar até ele. Sendo assim, estabelecer um vínculo adequado com o paciente tende a facilitar a compreensão desse processo que permeia o tratamento desde o início e acompanha-o até o fim. Se o profissional nutricionista estiver atento a esses sinais, realizando uma escuta atenta às demandas do paciente, um possível encaminhamento, ou até mesmo uma reunião de equipe com profissionais distintos, poderá facilitar o manejo das resistências.

³ Lei nº 10.216, de 6 de abril de 2001: dispõe sobre a proteção e os direitos das pessoas portadoras de transtornos mentais e redireciona o modelo assistencial em saúde mental. A Lei indica uma direção para a assistência psiquiátrica e estabelece uma gama de direitos das pessoas portadoras de transtornos mentais; regulamenta as internações involuntárias, colocando-as sob a supervisão do Ministério Público.

Porém, também é importante elucidar que existem as especificidades pertinentes ao saber do psicólogo. A psicoterapia define-se enquanto uma estratégia favorável, utilizada no intuito de minimizar as sensações negativas, ressignificando-as em sua singularidade (FAVILLI *et al.*, 2010). Diante de um processo psicoterápico, o psicólogo irá utilizar-se de ferramentas com o intuito de suscitar o encontro do sujeito com suas questões internas, identificando-as e posteriormente nomeando-as, a fim de encontrar uma forma de manejá-las adequadamente, bem como auxiliar nas emoções emergentes do processo nutricional.

Durante os relatos, foi possível perceber que as profissionais sentem a necessidade de uma maior conexão com o profissional da Psicologia, a fim de que ele possa abarcar determinadas demandas a partir do seu saber e seu olhar sobre o sofrimento dos sujeitos.

Gostaria muito de ter psicólogos na equipe, mas, a gente não tem. A gente tem alguns profissionais que trabalham na ABC⁴ (instituição de saúde mental), então tem alguns pacientes que são atendidos lá, mas eu vejo que a demanda é muito grande pro número de profissionais. (Camila)

Este é um dos desafios comuns decorrentes da estruturação dos serviços de saúde pública, visto que a maioria dos municípios não possui psicólogos na Atenção Básica, sobrecarregando os serviços de média e alta complexidade. Além disso, há ainda, a falta de profissionais para abarcar a quantidade de atendimentos, estando estes atuando de maneira mais enfática nas ações de promoção à saúde, sem conseguir realizar movimentos em prol da prevenção. Essa situação pode ser exemplificada com a fala de Júlia:

Eu acho que é importante falar, claro que aqui, como eu te falei, né, nas unidades, a gente acaba tendo pouco tempo, então a gente não consegue fazer tudo como realmente seria, como a gente acredita que seria o ideal. Mas a gente tenta se esforçar ao máximo pra tentar chegar o mais próximo possível disso, né?

A prevenção dos agravos é considerada importante a fim de evitar maiores complicações decorrentes dos sentimentos negativos provenientes da situação de pandemia a qual estamos submetidos. De acordo com Kalil (2010), os sentimentos de ansiedade podem desencadear crises, definindo a relação conturbada com a comida como “fome neurótica”. Entende-se que o vínculo patológico com a alimentação, proveniente da ansiedade, pode tornar-se um fator predisponente para um transtorno alimentar. Sendo

⁴ Com o objetivo de preservar a identidade da instituição, optamos por não indicar o nome do espaço mencionado.

assim, seria indicado que os profissionais de saúde, de um modo geral, atentassem para os sinais e os relatos dos pacientes, no intuito de minimizar a incidência de impactos dessa gravidade na saúde do sujeito.

Apesar disso, existem diversos obstáculos que impossibilitam o profissional de saúde de realizar um atendimento com viés integral; a alta demanda é uma delas, porém, também existem os aspectos particulares da vivência de cada um. É o que podemos perceber a partir do relato a seguir:

[...] Eu acho que até as pessoas acabam nem relatando tanto o quanto isso [aspecto emocional] interfere, sabe? Eu acho que até a forma do profissional, a minha forma de abordar, talvez... (pensativa) talvez não permita isso. Talvez eu não saiba perguntar. A gente também tem isso né? Tem as nossas limitações. Mas então acho que tem coisas que eu nem fico sabendo, entende? Talvez eu não consiga abordar, não entrar nesse assunto. Às vezes até porque... não sei (questionando-se). Às vezes até uma coisa emocional minha, daqui a pouco, conforme o caso assim, não, não me envolver tanto né? Como tu viu a gente fica mexido também né?! (Marcela)

Ainda segundo Kalil (2010), e considerando os desafios encontrados na prática profissional, é importante manter a lógica de que o nosso compromisso, enquanto psicólogos, é com a singularidade do sujeito, sendo que nessa singularidade atravessam-se diversos fatores. Diante das demandas nutricionais, é imprescindível que nos detenhamos a compreender a relação que o paciente estabelece com a comida, no intuito de proporcionar o cuidado a partir da escuta do seu sofrimento. Porém, se pensarmos na potência do atendimento multidisciplinar e no cuidado integral, todos os profissionais de saúde estão habilitados a realizar os acolhimentos, utilizando a escuta enquanto amparo para as angústias emergentes. Mas, sabe-se que na prática não é tão simples assim, pois para realizar um atendimento integral deve haver também um suporte adequado na equipe de saúde, com uma boa interação entre os profissionais, reuniões para discussão de caso e, de preferência, momentos de supervisão.

Seguindo com o relato de Marcela, podemos perceber o quanto se faz necessário a presença de um profissional apto a ancorar as demandas emocionais que surgem, tanto dos pacientes, quanto da equipe:

Então, na nossa experiência aqui nesse posto, que eu estou hoje, tinha essa psicóloga e assim ó: nos ajudava quanto aos pacientes, mas nos ajudou muito a nós mesmos, no nosso emocional. Sabe?! Foi, foi bem importante. Ela era nossa psicóloga também, sabe? (choro)

Uma equipe bem estruturada possibilita que os profissionais sintam-se mais seguros diante das intervenções com os usuários, realizando o compartilhamento dos casos, a fim de encontrar resoluções pertinentes com o intuito de minimizar o sofrimento daquele sujeito. Além disso, proporciona mais autonomia ao profissional, pois diante das demandas emocionais, as quais não souber realizar um manejo adequado, poderá recorrer ao auxílio do profissional de Psicologia.

É isso que percebemos ao visualizar o relato de Fabíola durante uma situação de atendimento nutricional, quando, ao se propor a ouvir a paciente, outras demandas de sofrimento emergiram:

[...] 'Mas o que tu tá sentindo?' (Fabíola) E ela (paciente) se emocionou. E ela disse: 'eu não sei o que eu sinto. Eu não consigo acessar os meus sentimentos' (paciente). Porque um pouco antes ela falou do marido, enfim. [...] E aí a gente né, puxando também eventualmente, quando vê bate uma questão, já entra numa questão muito mais profunda da Psicologia, então a gente também não pode mexer, porque eventualmente tu não vai dar conta daquela demanda, né?

Diante de todos esses empecilhos encontrados no fazer em saúde, a alternativa mais viável de enfrentamento, novamente, constitui-se no atendimento multidisciplinar, pois poderá proporcionar um compartilhamento de saberes específicos, mas que possuem o mesmo objetivo terapêutico: a melhora da qualidade de vida do paciente e o desenvolvimento de sua autonomia no processo saúde/doença. Essa parece-nos uma forma concreta de obtermos um cuidado integral em saúde, reduzindo os agravos e evitando os transtornos mais graves decorrentes do sofrimento emocional. E mesmo com todos os desafios existentes nas políticas públicas, devemos mover esforços para que as equipes sejam, de fato, um coletivo de trabalho. Completas, seguras, articuladas e, principalmente, saudáveis.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao final do estudo realizado, conclui-se que abordar o tema nutricional torna-se cada vez mais indispensável, tendo em vista todas as implicações suscitadas aos aspectos biopsicossociais da população neste momento de pandemia. É uma relação tão íntima, que por vezes torna-se imperceptível a diferenciação acerca do nível de interferência: se são as questões biopsicossociais que têm influência sobre o comportamento alimentar, ou se é o comportamento alimentar que interfere nesses aspectos. Esse fenômeno é

potencializado se visto a partir um olhar psicanalítico, entendendo, assim, que as questões alimentares possuem relação com os primórdios da vida do ser humano, desde o seu nascimento. Sendo assim, entende-se como inerente que as questões alimentares irão acompanhar a vida do sujeito até sua finitude, podendo elas serem problemáticas ou não.

A partir dos dados produzidos com esta investigação, pode-se concluir que as mudanças sociais provenientes do período de pandemia suscitaram transformações em todos os âmbitos da vida. Propriamente em relação à rotina alimentar, foram inúmeras as consequências, tanto do ponto de vista da saúde como também da necessidade dos profissionais reinventarem-se em suas práticas, a fim de abarcar as novas demandas emergentes. A obesidade é um dos fatores de risco preocupantes, potencializado pela situação de isolamento social, na qual a comida foi compreendida como recurso para minimizar os sentimentos de insegurança e desamparo.

De forma unânime, foi perceptível, a partir dos relatos das profissionais, a utilização dos alimentos para o manejo das emoções, sendo ele negativo e/ou positivo. Houve aqueles pacientes que encontraram na comida um meio de exacerbar a pressão de viver em um mundo pandêmico, exagerando no consumo e optando por alimentos mais calóricos. Mas, de outro lado, houve aqueles que estabeleceram uma relação mais íntima com o alimento, visualizando-o como aliado na prevenção da Covid-19 e demais comorbidades.

Ademais, os extremos da “pandemia alimentar” intensificaram as desigualdades já existentes no país. Enquanto uma parcela da população utilizava as tele-entregas e os *fast foods* em forma de acalento às angústias provenientes da pandemia, outros clamavam por alimento, seja ele qual for. E com todas essas dicotomias provenientes desse período, atualmente, talvez mais do que nunca, compreende-se a necessidade de um cuidado ampliado, a partir de uma atuação multi/interprofissional que possa sustentar as tantas esferas que atravessam os sujeitos.

Não é uma tarefa simples. Pelo contrário, é árdua, por vezes obscura, confusa, e principalmente, complexa. Tão complexa quanto os sujeitos contemporâneos que se apresentam nos serviços de saúde, nas clínicas particulares e, enfim, na vida em geral. Uma complexidade proveniente de tantos estímulos sensoriais, visuais, olfativos,

auditivos e que carregam em si a falta do contato (com-tato) pela imposição de um distanciamento social que tanto impactou nos novos modos de subjetivação.

E livrando-nos de pré-julgamentos, cabe a nós enxergarmos a comida como uma via sutil, utilizada por seres famintos de afeto, que buscam, a partir dela, o reviver de lembranças acolhedoras e que possam, minimamente, cultivar o que chamamos de bem-estar em meio ao mal-estar proveniente da sociedade atual.

REFERÊNCIAS

ALONSO, Ana Tereza A. de Almeida. A relevância da interação da equipe multidisciplinar. *In*: GONZAGA, Ana Paula; WEINBERG, Cybelle. **Psicanálise de Transtornos Alimentares**. 2 ed. São Paulo: Primavera Editorial, 2016. p. 33-46.

ALVARENGA, Marle; POLACOW, Viviane; SCAGLIUSI, Fernanda. Dieta e seus efeitos no comportamento alimentar. *In*: ALVARENGA, Marle; FIGUEIREDO, Manoela; TIMERMAN, Fernanda; ANTONACCIO, Cynthia. **Nutrição Comportamental**. 1. ed. Barueri, SP: Manole, 2019. p. 69-100.

ALVARENGA, Marle *et al.* Apresentação: Por que uma Nutrição diferente? *In*: ALVARENGA, Marle; FIGUEIREDO, Manoela; TIMERMAN, Fernanda; ANTONACCIO, Cynthia. **Nutrição Comportamental**. 2. ed. Barueri, SP: Manole, 2019.

ALVARENGA, Marle; KORITAR, Priscila. Atitude e comportamento alimentar - determinantes de escolhas e consumo. *In*: ALVARENGA, Marle; FIGUEIREDO, Manoela; TIMERMAN, Fernanda; ANTONACCIO, Cynthia. **Nutrição Comportamental**. 1. ed. Barueri, SP: Manole, 2015. p. 23-50.

ANTONIACCIO, Cynthia; GODOY, Carolina; FIGUEIREDO, Manoela. ALVARENGA, Marle. Comportamento do consumidor e fatores que influenciam a escolha de alimentos. *In*: ALVARENGA, Marle; FIGUEIREDO, Manoela; TIMERMAN, Fernanda; ANTONACCIO, Cynthia. **Nutrição Comportamental**. 1. ed. Barueri, SP: Manole, 2015. p. 101 -132.

ARABI, Jalila. Hábitos alimentares de crianças e adolescentes foram alterados na pandemia, segundo pesquisa. **Brasil 61**, Brasília/DF, 23 Jan. 2021. Disponível em: <https://brasil61.com/noticias/habitos-alimentares-de-criancas-e-adolescentes-foram-alterados-na-pandemia-segundo-pesquisa-ucef210076> . Acesso em: 12 Fev. 2021.

ASAP, Comitê Técnico. Obesidade na pandemia. **Aliança para a saúde populacional: ASAP**, Bela Vista/SP, 9 Mar. 2021. Disponível em: <https://asapsaude.org.br/jornada-de-gsp/obesidade-na-pandemia/3176/#:~:text=No%20Brasil%2C%20estima%2Dse%20que,para%20o%20aumentamento%20do%20peso>. Acesso em: 27 Mai. 2021.

BAILEY, Pippa; PURCELL, Susan; CALVAR, Javier; BAVERSTOCK, Alex. **Diet & Health under COVID-19**. São Paulo: Ipsos - MORI. 2021. Disponível em: <https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2021-01/diet-and-health-under-covid-19.pdf> Acesso em: 21 Mai. 2021.

CFN. **RESOLUÇÃO CFN Nº 666, DE 30 DE SETEMBRO DE 2020**. Disponível em: https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/resolucoes/Res_666_2020.html Acesso em: 26 Mai. 2021.

DUARTE, Rosália. Entrevistas em pesquisas qualitativas. **Educ. rev.**, Curitiba , n. 24, p. 213-225, dez. 2004 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-40602004000200011&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 28 Out. 2020.

DUNKER, Karin; ALVARENGA, Marle; ROMANO, Erika; TIMERMAN, Fernanda. Nutrição comportamental na prevenção conjunta da obesidade e comer transtornado. *In*: ALVARENGA, Marle; FIGUEIREDO, Manoela; TIMERMAN, Fernanda; ANTONACCIO, Cynthia. **Nutrição Comportamental**. 1. ed. Barueri, SP: Manole, 2015. p. 445-464.

FAVILLI, Myrna Pia; TANIS, Bernardo; MELLO, Maria Celina P. S. Anhaia. A Infância Roubada: Uma reflexão sobre a clínica contemporânea. *In*: BRUNO, Cássia A. Nuevo. **Distúrbios alimentares: uma contribuição da Psicanálise**. Rio de Janeiro: Imago, 2010. p. 193-200.

FEIJÓ, Fernanda de Matos; BERTOLUCI, Marcello Casaccia; REIS, Cíntia. Serotonina e controle hipotalâmico da fome: uma revisão. **Revista da Associação Médica Brasileira [online]**. 2011, v. 57, n. 1 , pp. 74-77. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0104-42302011000100020>>. Acesso em 26 Maio 2021.

FRANCA, Cristineide Leandro et al . Contribuições da psicologia e da nutrição para a mudança do comportamento alimentar. **Estud. psicol. (Natal)**, Natal , v. 17, n. 2, p. 337-345, Ago. 2012. Disponível em:

<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2012000200019&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 22 Set. 2020.

FREUD, Sigmund. (1905). Três ensaios sobre a Teoria da Sexualidade. *In*: FREUD, Sigmund. **Obras completas, volume 6**. 1. ed. São Paulo: Companhia das Letras, 2016, p. 73-120.

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ. **Convid Pesquisa de Comportamentos**. Instituto de Comunicação e Informação Científica e Tecnológica em Saúde. RJ: Fundação Oswaldo Cruz (ICICT/FIOCRUZ). Disponível em: <https://convid.fiocruz.br/index.php?pag=principal>. Acesso em: 8 Out. 2020.

GALINDO, Eryka; TEIXEIRA, Marco Antonio; ARAÚJO, Melissa De; MOTTA, Renata; PESSOA, Milene; MENDES, Larissa; RENNÓ, Lúcio. “**Efeitos da pandemia na alimentação e na situação da segurança alimentar no Brasil.**” Working Paper Series, no. 4. Berlin: Food for Justice: Power, Politics, and Food Inequalities in a Bioeconomy. 2021.

KALIL, Fernanda. A compulsão alimentar e suas implicações na clínica Psicanalítica. *In*: GONZAGA, Ana Paula; WEINBERG, Cybelle. **Psicanálise de Transtornos Alimentares**. 1 ed. São Paulo: Primavera Editorial, 2010. p. 167-186.

MALZYNER, Gabriela. Revisitando a técnica psicanalítica no atendimento a pacientes com transtornos alimentares. *In*: GONZAGA, Ana Paula; WEINBERG, Cybelle. **Psicanálise de Transtornos Alimentares**. 2 ed. São Paulo: Primavera Editorial, 2016. p. 136-146.

MARTINS, Cristiane. Como a fome deixa 19 milhões de brasileiros mais vulneráveis à covid-19: 'Não há sistema imune que resista'. **BBC News Brasil**, Londres, 23 Mai. 2021. Disponível em: <https://www.bbc.com/portuguese/geral-57055627> Acesso em: 25 Mai. 2021.

MENDONÇA, Vítor. Adolescentes melhoram alimentação na pandemia, segundo estudo. **Jornal de Brasília**, Brasília, 23 Nov. 2020. Disponível em: <https://jornaldebrasil.com.br/cidades/adolescentes-melhoram-alimentacao-na-pandemia-segundo-estudo/> . Acesso em: 20 Jan. 2021.

MENNUCCI, Luciana; TIMERMAN, Fernanda; ALVARENGA, Marle. Como a subjetividade influencia o comportamento alimentar? *In: ALVARENGA, Marle; FIGUEIREDO, Manoela; TIMERMAN, Fernanda; ANTONACCIO, Cynthia. **Nutrição Comportamental**. 1. ed. Barueri, SP: Manole, 2015. p. 51-67.*

MINAYO, Maria Cecília de Souza. Análise qualitativa: teoria, passos e fidedignidade. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro , v. 17, n. 3, p. 621-626, Mar. 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232012000300007&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 18 Out. 2020.

MINISTÉRIO DA SAÚDE, Secretaria de Atenção à Saúde. **Clínica Ampliada, Equipe de Referência e Projeto Terapêutico Singular**. 2.^a ed., Série B. Textos Básicos de Saúde, Brasília – DF, 2007.

MORAES, Roque; GALIAZZI, Maria do Carmo. Análise textual discursiva: processo reconstrutivo de múltiplas faces. **Ciênc. educ. (Bauru)**, Bauru , v. 12, n. 1, p. 117-128, Apr. 2006 . Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-73132006000100009&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 10 Nov. 2020. <http://dx.doi.org/10.1590/S1516-73132006000100009>.

NASCIMENTO, Angelina Bulcão. O mal-estar Contemporâneo. *In: **Comida. Prazeres, Gozos e Transgressões**. 2^a ed. Edufba: Salvador. 2007. p.155-175*

PEREIRA, Carlos Eduardo Rios. Módulo: Mecanismos de Defesa. Associação Psicanalítica do Vale do Paraíba: APVP. 2014.

PEREIRA, Isabel Brasil. Interdisciplinaridade. *In: IFPB, Instituto Federal da Paraíba. **MINICURSO PRÁTICAS DE INTEGRAÇÃO CURRICULAR E INTERDISCIPLINARIDADE NA EDUCAÇÃO PROFISSIONAL**. Ministério da Educação e Cultura, Paraíba, 2017.*

QUAIOTI, Teresa Cristina Bolzan; ALMEIDA, Sebastião de Sousa. Determinantes psicobiológicos do comportamento alimentar: uma ênfase em fatores ambientais que contribuem para a obesidade. **Psicol. USP**, São Paulo , v. 17, n. 4, p. 193-211, 2006 . Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-65642006000400011&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 16 Set. 2020.

SCHAUREN, Bianca Coletti; SCHWERTNER, Suzana Feldens; DHEIN, Gisele. Comportamento Alimentar: Abrindo as portas para o encontro entre Nutrição e Psicologia. *In*: ADAMI, Fernanda Scherer; CONDE, Simara Rufatto. **Alimentação e Nutrição nos Ciclos de Vida**. 1ª ed. Lajeado: Ed. da Univates. 2016. p. 89-96.

SCHWERTNER, Suzana Feldens. O nutricionista e a Arte de Escutar: Articulações entre Nutrição e Psicologia. *In*: BOSCO, Simone Morelo Dal. **Personal Dieter – Da Gestação ao Envelhecimento**. São Paulo, SP: Atheneu, 2015. p. 51-62.

STEELE, Eurídice Martínez et al . Mudanças alimentares na coorte NutriNet Brasil durante a pandemia de covid-19. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo , v. 54, 91, 2020 . Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102020000100266&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 21 Out. 2020.

TOOTHS, Paula. Pesquisa revela que pessoas mudaram alimentação na pandemia. **Jornal a Hora**, Santa Catarina, 7 Dez. 2020. Disponível em: <https://jornalhora.com/2020/12/07/pesquisa-revela-que-pessoas-mudaram-alimentacao-na-quarentena/> . Acesso em: 21 Jan. 2021.

TURATO, Egberto Ribeiro. Métodos qualitativos e quantitativos na área da saúde: definições, diferenças e seus objetos de pesquisa. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo , v. 39, n. 3, p. 507-514, Junho 2005 . Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102005000300025&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 14 Out. 2020.

VERTICCHIO, Daniela Flávia dos Reis; VERTICCHIO, Norimar de Melo. The impacts of social regulation on the changes do not lead to weight gain during a COVID-19 pandemic in Belo Horizonte and the metropolitan region, Minas Gerais State, Brazil. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 9, n. 9, 2020. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/7206>. Acesso em: 17 Set. 2020.

VIANA, Victor. Psicologia, saúde e nutrição: contributo para o estudo do comportamento alimentar. **Aná. Psicológica**, Lisboa, v. 20, n. 4, p. 611-624, nov. 2002 . Disponível em: <http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0870-82312002000400006&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 23 Set. 2020.

APÊNDICE

Apêndice A - TCLE

Prezado participante,

Você está sendo convidado(a) a participar da pesquisa **“OS IMPACTOS DA PANDEMIA NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR DA POPULAÇÃO: UMA ARTICULAÇÃO ENTRE PSICOLOGIA E NUTRIÇÃO”** desenvolvida por **Luana Tais Schneider**, discente de Graduação em Psicologia da Universidade do Vale do Taquari - Univates, sob orientação da **Professor Dra. Suzana Feldens Schwertner**.

O objetivo central do estudo é: analisar os principais efeitos emocionais no comportamento alimentar da população, como consequência da pandemia causada pelo vírus SARS-CoV-2.

O convite a sua participação se deve a estar conivente com os critérios de inclusão definidos nesta pesquisa, sendo eles assim descritos: Possuir graduação em Nutrição; ter atuado profissionalmente durante o período de pandemia (mínimo março-outubro 2020); ter realizado atendimentos no período citado acima de forma presencial e/ou virtual em localidades que pertençam a região do Vale do Taquari/RS; permitir a gravação de áudio da entrevista para fins de transcrição e análise de dados.

Sua participação é voluntária, isto é, ela não é obrigatória, e você tem plena autonomia para decidir se quer ou não participar, bem como retirar sua participação a qualquer momento. Você não será penalizado de nenhuma maneira caso decida não consentir sua participação, ou desistir da mesma. Contudo, ela é muito importante para a execução da pesquisa. Serão garantidas a confidencialidade e a privacidade das informações por você prestadas.

Mecanismos para garantir a confidencialidade e a privacidade

- Qualquer dado que possa identificá-lo será omitido na divulgação dos resultados da pesquisa, e o material será armazenado em local seguro;

- A qualquer momento, durante a pesquisa, ou posteriormente, você poderá solicitar do pesquisador informações sobre sua participação e/ou sobre a pesquisa, o que poderá ser feito através dos meios de contato explicitados neste Termo.

Procedimentos detalhados que serão utilizados na pesquisa

A sua participação consistirá em responder perguntas elaboradas a partir da definição dos objetivos da investigação, compondo um roteiro de entrevista semiestruturada. A gravação da entrevista é um dos critérios de assentimento do termo, sendo esta essencial para posterior transcrição e análise de dados.

Tempo de duração da entrevista

O tempo de duração da entrevista é de aproximadamente 40 minutos.

Guarda dos dados e material coletados na pesquisa

As entrevistas serão transcritas e armazenadas, em arquivos digitais, mas somente terão acesso às mesmas o aluno e seu professor orientador. Ao final da pesquisa, todo material será mantido em arquivo, por pelo menos 5 anos, conforme Resolução CNS nº 466/12.

De acordo com a Resolução do CFP nº 007/2003, após o prazo determinado de guarda (5 anos), o material será destruído completamente, de forma que não seja possível a leitura ou visualização.

Benefícios diretos (individuais ou coletivos) ou indiretos aos participantes da pesquisa

É possível que, a partir dos questionamentos realizados durante a entrevista, você possa refletir acerca de sua prática profissional com indagações não pensadas até o presente momento. Ademais, há o benefício relacionado com a sua colaboração nesta pesquisa, que consiste em contribuir para a problematização acerca do tema, gerando articulação entre duas áreas essenciais para a saúde (Nutrição e Psicologia). Além disso, você terá direito ao acesso integral do material construído a partir de sua contribuição.

Previsão de riscos ou desconfortos

Os possíveis riscos desta pesquisa, mesmo que sejam mínimos, são vinculados a constrangimentos provenientes da situação de entrevista. Porém, a pesquisadora atuará numa perspectiva ética e respeitosa em relação a situações embaraçosas que possam surgir durante a conversa. Você pode decidir por não participar mais da pesquisa a qualquer momento, não sofrendo nenhum tipo de penalização por isso. Caso houver algum tipo de mal-estar proveniente da situação de entrevista, haverá indicação de profissional habilitado para auxiliá-lo recorrendo aos serviços ofertados pelo município do envolvido. Além disso, a partir da metodologia proposta pelo trabalho, a constituição do vínculo define-se enquanto uma das prioridades da intervenção, sendo esta tratada com respeito e sigilo ético.

Sobre divulgação dos resultados da pesquisa

Os resultados serão divulgados durante apresentação para a banca avaliadora, além de possíveis seminários e/ou eventos dirigidos ao público participante, bem como na publicação de artigos científicos oriundos dos resultados. Os entrevistados serão convidados a participar de uma roda de conversa para dialogar acerca dos resultados obtidos por meio da pesquisa, propiciando assim, uma troca de experiências e aprendizagem. Não haverá obrigatoriedade e nenhum tipo de punição caso não tenham interesse em participar.

Observações:

1. Este termo é redigido em duas vias, sendo uma para o participante e outra para o pesquisador. Serão solicitadas que todas as páginas deverão ser rubricadas pelo participante da pesquisa e pelo pesquisador responsável, com ambas as assinaturas apostas na última página.
2. Em caso de dúvida quanto à condução ética do estudo, entre em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa da Univates (Coep/Univates). O Comitê de Ética é a instância que tem por objetivo defender os interesses dos participantes da pesquisa em sua integridade e dignidade e para contribuir no desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos. Dessa forma o comitê tem o papel de avaliar e monitorar o andamento do projeto de modo que a pesquisa respeite os princípios éticos de proteção aos direitos humanos, da

dignidade, da autonomia, da não maleficência, da confidencialidade e da privacidade.

Contatos: (51) 3714.7000, ramal 5339 e coep@univates.br.

Luana Tais Schneider

Lajeado, E DATA

Declaro que entendi os objetivos e condições de minha participação na pesquisa e concordo em participar.

Nome do participante:

Contato do Pesquisador Assistente:

Luana Tais Schneider – (51) 99669-2549

Itschneider@universo.univates.br

Pesquisador Responsável:

Suzana Feldens Schwertner - (51) 99808-9823

suzifs@univates.br

FECHAMENTO DO TCC

Antes de escrever essa seção, pensei muito no quanto ela realmente seria o “fechamento do TCC”. Questionei-me sobre a possibilidade de nomeá-la de outra forma, talvez como: “a última parte”, mas percebi que nenhuma nomenclatura poderia expressar a dimensão do que foi/é o processo de escrita do TCC. Sendo assim, não vejo uma finalização possível de ser construída nesse momento, isso porque o tema referente ao comportamento alimentar está presente em minha vivência e na minha constituição enquanto pessoa, acadêmica e agora também pesquisadora. Concluo, a partir de todos os estudos realizados, que a complexidade do ato de alimentar-se vai muito além do que possamos imaginar, não se reduzindo somente à busca de energia em prol da sobrevivência biológica, mas sim enquanto força transformadora. Força esta que me motiva a pensar que a presente pesquisa não se finda aqui, pelo contrário, abre espaço para a imensurável possibilidade de dar continuidade às investigações desta natureza.

Depois de incansáveis tentativas de encontrar um termo adequado para essa seção, entendo que não há necessidade de delimitar uma nomenclatura; sendo assim, irei manter o clichê “fechamento”. Pensarei este fechamento enquanto uma possibilidade de abertura para novas reflexões, novos saberes, novos questionamentos e novas pesquisas. Esse tom de movimento me acompanhou durante todo o processo do TCC, elucidando, assim, a escolha da Análise Textual Discursiva enquanto balizadora da construção. É um permanente caminhar, que pode ser simbólico, mas que diz muito de mim. E eu, enquanto uma incansável andarilha, chego ao fim dessa fase com o sentimento de que não é, de fato, o fim, mas sim, um impulso para ir ainda mais longe e percorrer ainda mais milhas.